



# Bullet Journal

## 60 pomysłów na listy

### Osobiste

- lista rzeczy do zrobienia przed śmiercią
- za co jestem wdzięczna
- co chcę zwiedzić/zobaczyć
- czego chcę się nauczyć
- plan 5-letni, moje plany i cele
- co myślę o innych osobach
- rzeczy, które powinnam przestać robić
- inspirujące cytaty
- ile śpię
- co chciałabym dostać

### Hobby i rozrywka

- hobby, którego chcę spróbować
- książki do przeczytania
- filmy do obejrzenia
- seriale do obejrzenia
- wina/piwa, które mi smakowały
- blogi/vlogi, które warto obserwować
- próbki długopisów, mazaków, kredek
- próbki lakierów do paznokci
- kiedy leczę moje ulubione programy

### Jedzenie i fitness

- pomysły na posiłki do pracy
- planowanie menu na tydzień
- asany
- plany ćwiczeń
- tracker wagi i BMI
- sposoby na relaks
- lista zakupów
- co mam w zamrażarce
- do kiedy trzeba to zjeść
- przepisy do wypróbowania
- knajpy warte odwiedzenia

### Dom i rodzina

- ważne numery/adresy
- planowanie wakacji
- checklista pierwszej pomocy
- checklista przed porodem
- urodziny
- plan lekcji dzieci
- lista prezentów
- rodzinne zajęcia
- pierwsze słowa dzieci
- ciekawe dialogi z dziećmi/partnerem
- informacje zdrowotne
- wizyty u weterynarza
- plan sprzętania
- co trzeba naprawić w domu
- co trzeba zrobić przy samochodzie
- na jakie przesyłki czekam
- wesela
- sezonowe prace w domu
- co da się zrobić w 10 minut
- rachunki do zapłacenia
- oszczędzam
- moje wydatki

### Blogowanie

- statystyki bloga
- współprace blogowe
- pomysły na wpisy/filmy
- plan postów na Instagrama
- tygodniowy rozkład postów
- kalendarz promocji w social mediach
- rozmiary grafik w social mediach
- informacje o blogu